

Postre de camote

Sirve: 10 porciones

Ingredientes

- 3 tazas camote rallado
- 1 taza melaza (o miel de caña oscura)
- 2 cucharaditas jengibre molido
- 2 cucharaditas polvo para hornear
- 1 cucharadita sal
- 1/3 taza aceite vegetal

Preparación

1. En una cacerola de 3 cuartos de galón, mezcle los camotes, melaza, jengibre, polvo de hornear, sal y aceite vegetal.
2. Hierva lentamente, revolviendo constantemente, durante 10 minutos.
3. Vierta sobre una bandeja para hornear de 9 pulgadas bien engrasada.
4. Hornee a 325 °F durante 30 minutos, revolviendo a cada cinco minutos durante los primeros 20 minutos.
5. Aplane la parte superior y deje dorar.
6. Corte en cuadrados y sirva caliente o frío.

Notas

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	190
Grasa total	7 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	0 mg
Sodio	360 mg
Total de Carbohidrato	32 g
Fibra dietetica	1 g
Azúcares totales	26 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteinas	1 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

El Postre de camote es un plato liberiano que generalmente se sirve como postre después de una comida familiar.